# Прелюдия (секс)



Материал из Википедии — свободной энциклопедии

*Эта статья — о сексуальном термине. О музыкальном жанре «прелюдия» см. Прелюдия (музыка).*
*У этого термина существуют и другие значения, см. Прелюдия.*

**Прелю́дия полово́го а́кта**, также **предвари́тельные любо́вные ла́ски**, — акт физической близости рус. (англ.) непосредственно перед коитусом. Наблюдается как у людей, так и у большинства птиц и млекопитающих[1]. Определение предварительных ласк «гибкое», некоторые авторы включают в прелюдию стриптиз и раздевание партнёра, ролевые игры, БДСМ[2].

Рисунок Мартина ван Маэля

**Содержание** [скрыть]
1 Методы
2 Цели
3 Примечания
4 Литература

## Методы [ править | править код ]

Подход к прелюдии сильно зависит от местных традиций — например, в Микронезии понпейцы и тробрианцы уделяют этому занятию буквально часы, а лепча в Сиккиме совсем не ласкают своего партнёра[1].

Техника ласк тоже сильно варьируется; результаты исследований по всему миру показывают, что в среднем используются следующие методы (в порядке убывания общемировой популярности)[1]:

- тисканье рус. (англ.) по всему телу;
- поцелуи в губы — второй по популярности приём, но далеко не такой распространённый, как первый;
- ласкание женской груди;
- касание женских внешних половых органов;
- оральная стимуляция женской груди;
- ласки полового члена;
- фелляция;
- куннилингус;
- анилингус;
- причинение боли.

## Цели [ править | править код ]

Прелюдия увеличивает половое возбуждение и отклик партнёра, увеличивает длительность периода перед оргазмом. У мужчин оргазм часто наступает быстрее, чем у женщин, и прелюдия позволяет женщине достичь равного с мужчиной возбуждения перед фрикциями[2], поэтому прелюдии распространены в культурах, ценящих достижение оргазма женщиной. Например, в викторианскую эпоху женский оргазм обычно не рассматривался как цель полового акта, и на прелюдию в англосаксонском мире стали обращать внимание лишь на рубеже XIX—XX веков[3].

Многие женщины не в состоянии достичь оргазма без предварительных ласк, так что первоначально было принято считать, что прелюдия нужна исключительно женщине, а мужской оргазм достигается быстро и просто. Однако уже в 1920—1930 годы специалисты стали рекомендовать прелюдию как средство увеличения интенсивности оргазма для мужчины и улучшения отношений пары. Тем не менее, отчёты Кинси показали, что мужчины без высшего образования в США в 1940—1950-х годах минимизировали предварительные ласки, а мужчины, не закончившие среднюю школу, и вовсе стремились максимально быстро достичь оргазма сами. Однако, пары с законченным высшим образованием уже уделяли прелюдии от 5 до 15 минут[2].

## Примечания [ править | править код ]

1. ↑ 1 2 3 Helen Fisher. Anatomy of Love: A Natural History of Mating, Marriage, and Why We Stray. W. W. Norton & Company, 2016. (англ.) С. 365.
2. ↑ 1 2 3 Maureen Lauder. Foreplay Архивная копия от 15 января 2020 на Wayback Machine // Encyclopedia of Sex and Gender. (англ.)
3. ↑ Laipson, Peter. «Kiss without Shame, for She Desires It»: Sexual Foreplay in American Marital Advice Literature, 1900—1925 // Journal of Social History 29, no. 3 (1996): 507—525. (англ.) С. 507.

## Литература [ править | править код ]

- Maureen Lauder. Foreplay Архивная копия от 15 января 2020 на Wayback Machine // Encyclopedia of Sex and Gender. (англ.)
- D'Emilio, John, and Estelle B. Freedman. Intimate Matters: A History of Sexuality in America. 2nd edition. Chicago: University of Chicago Press. 1997. (англ.)
- Hunt, Morton. Sexual Behavior in the 1970s. Chicago: Playboy Press. 1974. (англ.)
- Janus, Samuel S., and Cynthia L. Janus. The Janus Report on Sexual Behavior. New York: John Wiley & Sons. 1993. (англ.)
- Kahn, Sandra S., and Jean Davis. The Kahn Report on Sexual Preferences. New York: St. Martin's Press. 1981. (англ.)
- Kinsey, Alfred C., et al. Sexual Behavior in the Human Male. Philadelphia: W. B. Saunders. 1948. (англ.)
- Kinsey, Alfred C., et al. Sexual Behavior in the Human Female. Philadelphia: W. B. Saunders. 1953. (англ.)
- S. Andrea Miller, E. Sandra Byers. Actual and Desired Duration of Foreplay and Intercourse: Discordance and Misperceptions within Heterosexual Couples Архивная копия от 15 января 2020 на Wayback Machine // The Journal of Sex Research 41, no. 3 (2004): 301-09. (англ.)

**В родственных проектах**
Значения в Викисловаре
Медиафайлы на Викискладе
Портал «Сексуальность»

| Сексология | [показать] |
|---|---|
| Словари и энциклопедии | Britannica (онлайн) |
| В библиографических каталогах | LNB: 000320947 |

Категория: Сексуальные практики



Текст доступен по лицензии Creative Commons Attribution-ShareAlike; в отдельных случаях могут действовать дополнительные условия. Подробнее см. Условия использования.
Wikipedia® — зарегистрированный товарный знак некоммерческой организации Wikimedia Foundation, Inc.



Заглавная страница
Содержание
Избранные статьи
Случайная статья
Текущие события
Пожертвовать

Участие
Сообщить об ошибке
Как править статьи
Сообщество
Форум
Свежие правки
Новые страницы
Справка

Инструменты
Ссылки сюда
Связанные правки
Служебные страницы
Постоянная ссылка
Сведения о странице
Цитировать страницу

Печать/экспорт
Создать книгу
Скачать как PDF
Версия для печати

В других проектах
Викисклад
Элемент Викиданных

На других языках
العربية
English
Español
Français
हिन्दी
Bahasa Indonesia
Lietuvių
Português
中文
Ещё 37
Править ссылки